

ASZ/MGH Eching

Programm

März

April

2023

Veranstaltungen

→ März / April 2023

Kurse und Treffs

→ wöchentlich



**Mehr
Generationen
Haus**
Miteinander – Füreinander

Weitere Angebote und Hilfen im ASZ/MGH Eching

Betreutes Wohnen/unterstützte Altenwohnungen

34 barrierefreie Wohnungen-Hausnotruf – Unterstützung durch ambulante Pflege – Organisation von weiteren Wahlleistungen, z.B. Einkaufshilfen, Betreuung

Alltagshilfen für Senioren

Vermittlung von Hilfen für Haus und Garten – Fahr- und Begleitdienste

Information und Beratung für alte Menschen und Angehörige

Themen: Pflegeversicherung – Betreuung von demenzkranken Menschen – sonstige Serviceleistungen, z.B. Hilfe bei Anträgen

Hausbesuche

Auf Wunsch Beratung zu Hause

Wohngemeinschaft für demenzkranke Ältere

8 Apartments mit Betreuung 24/7 von qualifizierten Pflegekräften

Nachmittagsbetreuung für Menschen mit Demenz und hilfebedürftige Senioren – Café Auszeit

2 Stunden Betreuung durch geschultes Personal in der Gruppe: Spiele, Bewegung, Singen, Unterhaltung

Bücher-Tauschbörse

ASZ-Foyer und Bibliothek

Raumvermietung

Miete gegen Gebühr möglich – private Feiern über das Café Central (Tel. 089/31971462)

Projekt „Echinger Paten“

Patinnen und Paten begleiten Jugendliche beim Übergang von der Schule in den Beruf

Liebe Echingerinnen und Echinger,

wir freuen uns, Ihnen auch für März und April 2023 wieder ein interessantes Programm bieten zu können und hoffen darauf, so viele Veranstaltungen wie möglich durchführen zu können.

Sollten Sie die Angebote des Alten Service Zentrums / Mehrgenerationenhauses unterstützen wollen, können Sie für einen Mitgliedsbeitrag von 20 € pro Jahr dem Verein „Älter werden in Eching“ e.V. beitreten. Beitritts-erklärungen erhalten Sie im ASZ/MGH oder auf unserer Internetseite www.asz-eching.de.

Alle Informationen rund um die Anmeldung erhalten Sie auf den letzten Seiten.

Das MGH/ASZ-Team



Haben Sie Fragen zum Thema Pflegeversicherung oder benötigen Sie Unterstützung bei Anträgen?

Während unseren Öffnungszeiten oder nach Vereinbarung bieten wir kostenlose Beratung rund um das Thema Pflegeversicherung und die Betreuung von demenzerkrankten Menschen für Betroffene, Angehörige oder Ratsuchende an.

Wir helfen Ihnen gerne weiter!

Alten Service Zentrum Eching / Mehrgenerationenhaus, Bahnhofstraße 4, 85386 Eching,
Tel: 089/327142-0 oder info@asz-eching.de

Folgen Sie uns auf Facebook und Instagram!



Alten Service Zentrum /
Mehrgenerationenhaus Eching
@ASZEching



ASZ-MGH Eching
@asmgh_eching

Veranstaltungen → März 2023

MONATLICH WIEDERKEHRENDE VERANSTALTUNGEN
WERDEN EXTRA AUFGEFÜHRT!

Finissage Donnerstag 9.3. 18 Uhr	AUSSTELLUNG „Magische Momente in der Kunst“ vom 20. Januar bis 9. März 2023 Seit 10 Jahren besteht das Atelier 8 – ein Echinger Malkreis – unter der Leitung von Siegi Läng. Teilnehmende Künstlerinnen sind Marianne Filser, Marie Frege, Justine Heike, Siegi Läng und Maria Riemensberger. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Ausstellung 16.3. – 13.5.2023	AUSSTELLUNG „Facettenreich“ von 16. März bis 13. Mai 2023 Sieben Künstler*innen, aus dem Arbeitskreis Kunst in Hallbergmoos, haben sich durch die alljährliche Ausstellung im Hallbergmooser Rathaus und durch sonstige künstlerische Aktivitäten einen Namen gemacht. Kreativität, künstlerisches Können und Vielseitigkeit werden zur Schau gestellt. Vernissage 15. März 2023 um 18 Uhr. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Vernissage Mittwoch 15.3.2023 18 Uhr	AUSSTELLUNG „Facettenreich“ von 16. März bis 13. Mai 2023 Sieben Künstler*innen, aus dem Arbeitskreis Kunst in Hallbergmoos, haben sich durch die alljährliche Ausstellung im Hallbergmooser Rathaus und durch sonstige künstlerische Aktivitäten einen Namen gemacht. Kreativität, künstlerisches Können und Vielseitigkeit werden zur Schau gestellt. Vernissage 15. März 2023 um 18 Uhr. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Mittwoch 1.3. 13 Uhr 6 € (Fahrt, Wanderung) Tp: ASZ	DIE LEICHTE WANDERUNG Klausenweg rund um das Schloss Schleißheim Es geht mit Kleinbussen zum Schloss. Dort starten wir unsere Wanderung auf dem historischen Klausenweg. Dieser Pilgerweg wurde von Bayernherzog Wilhelm V als Ausdruck seiner Frömmigkeit angelegt. Unterwegs haben wir einen schönen Blick auf den Oberschleißheimer Flughafen und die Silhouette von München. Auf- und Abstieg jeweils 20 Höhenmeter, bei ca. 10 km Strecke. Rückkehr ca. 17 Uhr. Begleitung: Familie Steigerwald. Mit Anmeldung.

**Samstag
4.3.
9.30 –
14 Uhr
Teilnahme
kostenlos!**

Der Letzte Hilfe-Kurs – Am Ende wissen, wie es geht

Erste Hilfe ist jedem ein Begriff, aber Letzte Hilfe? In unserer täglichen Arbeit als Palliativfachkräfte erleben wir, dass Tod und Sterben für viele Menschen Tabuthemen sind. Das Lebensende und das Sterben machen oft hilflos. Der Rettungsassistent, Notarzt und Palliativmediziner Dr. Georg Bollig hatte die Idee zu dem Konzept Letzte Hilfe. Nicht nur auf das Wiederbeleben eines Menschen sollten wir uns vorbereiten, sondern auch auf die Begleitung von Sterbenden. Dieser Letzte Hilfe-Kurs möchte alle ermutigen, Angehörige und Freunde in ihrer letzten Lebensphase zu begleiten und sich Sterbenden zuzuwenden. In 4 Unterrichtseinheiten werden Grundwissen, Gestaltungsmöglichkeiten und praktische Tipps zu Themen wie Sterben als Teil des Lebens oder Vorsorgen und Entscheiden gegeben. Neben möglichen Beschwerden, die Teil des Sterbeprozesses sein können, werden auch Möglichkeiten zur Linderung dieser thematisiert. Abschließend überlegen wir gemeinsam, wie man Abschied nehmen kann und besprechen unsere Möglichkeiten und Grenzen. Der Kurs richtet sich an alle interessierten Bürgerinnen und Bürger. Weitere Informationen zum Konzept des Letzte Hilfe-Kurses finden Sie unter <https://www.letztehilfe.info/> Kursleiterinnen: Claudia Merk und Johanna Haller. Der Kurs ist mit Unterstützung der Energie BKK für alle Teilnehmenden kostenfrei. Mit Anmeldung stimmen Sie zu, dass Ihr Name zu Abrechnungszwecken an die Energie BKK weitergegeben werden darf.
Mit Anmeldung im ASZ/MGH.

Veranstaltungen → März 2023

Sonntag 12.3. 11 Uhr 16,50 € (Karten) Herkules- saal	KAMMERPHILHARMONIE DACAPO Matinée der Virtuosen u.a. mit Werken von Peter Warlock, Niccolò Paganini, Franz Schubert/Mahler. Violine: Thomas Albertus Irnberger. Dirigent: Franz Schottky Anfahrt individuell. <i>Mit Anmeldung bis 27.2.2023.</i>	Samstag 18.3. 10 – 12 Uhr Ort: ASZ- Saal Eintritt kos- tenlos - um Spende für den Hei- deflächen- verein wird gebeten	FILM HeideGeschichte(n) der Schotterebene Wie der Heideflächenverein gegründet wurde – Interview mit Dr. Rolf Lösch. Es wird erzählt, wie sich die Gemeinde Eching in den 1980er Jahren erfolgreich gegen den Ausbau des militärischen Übungsplatzes im Mallertshofer Holz gewehrt und sich für Naturschutz und Naherholung eingesetzt hat. 1990 wurde der Heideflächenverein Münchener Nor- den e.V. gegründet. Erfahren Sie mehr bei einem Vortrag und Kurzfilm. Vorgestellt wird auch das Programm des Vereins an- lässlich der 1250-Jahrfeier der Gemeinde Eching zum Thema „Landschaftsge- schichte hautnah erleben im Echinger Gfild“. Referentin: Christine Joas, Leitung HeideHaus. <i>Mit Anmeldung.</i>
Dienstag 14.3. 9 Uhr 18 € (Fahrt, Eintritt, Führung), mit eigener Fahrkarte 12 € Tp: Bhf (Richtung München)	MÜNCHEN ENTDECKEN Meisterwerke in der Glyptothek München Der Besuch entführt Sie in die Welt der Antike. „Wir brauchen in München was man in Rom ‚Museo‘ nennt!“, war die Devise König Ludwigs, der damit den Grundstein für das erste öffentlich zugängliche Antikenmuseum der Welt legte. Unter der sachkundigen Führung des ehemaligen Restaurators und Bild- hauers der Glyptothek, Alfons Neubauer, erhalten Sie einen Überblick über die Sammlungsgeschichte des Museums. Gemeinsame Einkehr. <i>Mit Anmeldung.</i>	Dienstag 21.3. 12 Uhr 8,50 € (inkl. Wasser und Kaffee) Ort: ASZ-Saal	Echinger kochen für Echinger Frau und Herr Peruzzi kochen ein leckeres Menü. Essen Sie mit in geselli- ger Runde. <i>Mit Anmeldung.</i>
Donnerstag 16.3. 15 – 16.30 Uhr Eintritt frei	Gruppe für pflegende Angehörige In einem ungezwungenen Rahmen haben Sie Gelegenheit zum Austausch mit Gleichgesinnten und erhalten fachliche Informationen. Leitung: Barbara Hamrlich. <i>Mit Anmeldung.</i>	Donnerstag 23.3. 7.45 Uhr 43 € (inklu- sive Kaffee und Ku- chen, Fahrt, Eintritt/ Führung, Hofführung) Tp: ASZ	DER BEQUEME AUSFLUG Kempten Museum im Zumsteinhaus und Arche-Hof Birk Am Vormittag besuchen wir das Museum Kempten im Zumsteinhaus (Wahl zum bestem Heimatmuseum 2020). Nach einer Führung zur Geschichte Kemptens und „Des Zumsteins“ geht es „Zum Stift“ zum Mittagessen (100m vom Museum). Im Anschluss besuchen wir den Biobau- ernhof „Arche-Hof Birk“. Dort zeigt uns die Bäuerin den Milchviehbetrieb, es gibt selbstgebackenen Kuchen und Kaffee. Einkauf im Hofladen möglich. Ankunft Eching ca. 18.45 Uhr. Begleitung: Barbara Hamrlich. <i>Mit Anmeldung.</i>
Freitag 17.3. 10 – 12 Uhr Ort: ASZ- Saal Eintritt frei	Musik zum St.-Patrick's Day mit „InTheFields“ Der St.-Patrick's Day ist der Nationalfeier- tag Irlands. Als irische Auswander*innen nach Amerika kamen, vermischte sich ihre Kultur mit der anderer Emigranten. Mit Gitarre, Banjo, Bass und Gesang vermit- telt Ihnen die Gruppe „InTheFields“ diese interkulturelle Begegnung auf unterhalt- same Weise mit Instrumentalstücken, ge- fühlvollen Songs und einer Bildershow mit historischen Aufnahmen. <i>Mit Anmeldung.</i>		

Veranstaltungen → März / April 2023

Freitag 24.3. 19.30 Uhr Eintritt frei Ort: ASZ-Saal	Film-Club „Cinema Paradiso“ Monatliche Filme mit Traudl Mandausch in gemütlicher Runde. Film entnehmen Sie den Aushängen. <i>Mit Anmeldung.</i>	Dienstag 4.4. 9 Uhr 16 € (Führung, MVV) mit eigener Fahrkarte 10 € Tp.: Bhf (Ri. München)	MÜNCHEN ENTDECKEN Führung im Münchner Stadtmuseum Wir besichtigen im Rahmen einer Führung die Ausstellung „Typisch München!“. Die Ausstellung geht der Frage nach, was seit wann und vor allem warum typisch ist für München. Dauer der Führung 60 Minuten. Einkehr im Berni's Nudelbrett. <i>Mit Anmeldung.</i>
Mittwoch 29.3. 9.15 Uhr 17 € (Fahrt, Führung) Tp: ASZ	DEN NACHBARLANDKREIS ENTDECKEN Führung „Die TU München in Garching“ Begeben Sie sich auf Entdeckungsreise auf den Forschungscampus Garching. Eine Führung bringt Ihnen die Geschichte der technischen Studiengänge in München und des Garchinger Campus näher. Es geht mit den Kleinbussen zum Forschungszentrum. Ohne Einkehr. Zurück in Eching ca. 12 Uhr. <i>Mit Anmeldung.</i>	Mittwoch 5.4. 8 Uhr 12,50 € (Fahrt mit den Kleinbussen) Tp: ASZ	DIE LÄNGERE WANDERUNG Rundwanderung Dietramszell Wanderung von der Peretshofer Höhe nach Dietramszell, Rückkehr über St. Leonhard zum Parkplatz Peretshofen. Länge 16 km, Steigung 160 Hm, Einkehr ca. 13 Uhr in der Klosterschänke Dietramszell. Rückkehr zwischen 17.30 und 18 Uhr. <i>Mit Anmeldung.</i>
Donnerstag 30.3. 14 – 16 Uhr 1,50 € (Vortrag) Testung kostenlos	Vortrag und Testungen des Klinikums der LMU München: „Geistig fit im Alter unterwegs“ Manche Gedächtnisschwierigkeiten sind normale, altersbedingte Erscheinungen – manchmal sind solche Beschwerden jedoch auch Ausdruck einer Erkrankung. Ein Team aus Ärzten/Fachpersonal des Instituts für Schlaganfall- u. Demenzforschung am Klinikum Großhadern informiert Sie über dementielle Erkrankungen. Es wird erklärt, was überhaupt eine Demenz ist und wie man diese Erkrankung diagnostiziert. Zudem wird auf die aktuellen Behandlungsmethoden und Forschungsaktivitäten im Bereich der Demenz hingewiesen. Sie haben die Möglichkeit an einem kurzen Gedächtnistest teilzunehmen. Der Test ist kostenfrei und anonym und liefert einen groben Überblick über Ihr Gedächtnis. <i>Vortrag und Testungen können separat angemeldet werden.</i>	Mittwoch 5.4. 19.30 Uhr Eintritt frei Ort: ASZ-Saal	Film-Club „Cinema Paradiso“ Monatliche Filme mit Traudl Mandausch in gemütlicher Runde. Film entnehmen Sie den Aushängen. <i>Mit Anmeldung.</i>
		Donnerstag 13.4. 9 Uhr, 8,50 € Ort: ASZ-Saal	Osterfrühstück Zum traditionellen nachösterlichen Frühstück laden wir herzlich ein. <i>Mit Anmeldung.</i>
		Samstag 15.4. 10 – 15 Uhr inkl. Pause Ort: Verkehrsübungsplatz an der Garchinger Straße 20 €	Fahrrad-Sicherheitstraining in Eching Für alle, die nach längerer Pause oder mit einem neu gekauften Fahrrad gut vorbereitet in die neue Saison starten wollen. Trainer des ADFC üben das richtige Aufsteigen, Anfahren, enge Kurven fahren und das Bremsen in Gefahrensituationen. Bitte mitbringen: verkehrssicheres Fahrrad oder Pedelec (E-Bike), Fahrradhelm, evtl. regensichere Kleidung, Getränk. <i>Anmeldung bei Michael Steigerwald 089/23797655 oder www.adfc-freising.de</i>

Veranstaltungen → April 2023

Montag 17.4. 14.30 Uhr 1,50 € (Film) Ort: ASZ-Saal	DOKUMENTARFILM „Die Wiese – Ein Paradies nebenan“ Der inhaltlich wie visuell meisterliche Film skizziert die enorme Artenvielfalt dieses Lebensraums im Wechsel der Jahreszeiten. Dabei kommen virtuose Hilfsmittel wie Super-Zeitraffer und -Zeitlupe, Mikro-, Makro- und Mini-Drohenbilder zum Einsatz. Auch akustisch bringt der Film die üppige Fülle der Natur zu Gehör und verbindet die faszinierenden Eindrücke mit dem eindringlichen Appell, das bedrohte Ökosystem zu retten. Dauer 90 min. <i>Mit Anmeldung.</i>	Donnerstag 20.4. 12 Uhr 8,50 € Ort: ASZ-Saal	Echinger kochen für Echinger Frau und Herr Freinberger kochen Schweinefiletröllchen in Speckmantel mit Currysoße. Essen Sie mit in geselliger Runde. <i>Mit Anmeldung.</i>
Dienstag 18.4. 14 – 15.30 Uhr Teilnahme kostenlos! Ort: ASZ-Saal	VORTRAG Sicher Mobil – Auf dem Fahrrad und Pedelec, zu Fuß und im ÖPNV Dieses Seminar möchte informieren, wie geeignete Verkehrsplanung den Weg für Fußgänger sicherer machen kann und welches Knowhow das Radfahren erleichtert. Wir wollen über Leistungsfähigkeit und Gewohnheiten wie auch Ansprüche sprechen, die technische Ausstattung von Fahrzeugen und Inanspruchnahme von Hilfen beleuchten, die Auswahl von Verkehrsmitteln und neue Regeln im Straßenverkehr erörtern. Die Unterlagen können auf einem von Ihnen mitgebrachten USB-Stick bereitgestellt werden. Leitung: Richard Roth. Eine Veranstaltung gefördert vom Bundesverkehrsministerium. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der VHS Eching statt, <i>Anmeldung über die VHS Eching unter 089/3191815, office@vhs-eching.de oder über die Homepage www.vhs-eching.de oder über das ASZ/MGH wie gewohnt ab dem Anmeldetag.</i>	Montag 24.4. 13.30 Uhr 2,50 € Tp: ASZ-Kastanieneingang	Radtour „Moos Runde“ ca. 30 bis 40 km. Ohne Einkehr. Mit Begleitung.
		Dienstag 25.4. 7.30 Uhr Tp: ASZ 32 € (Fahrt, Führung)	DER BEQUEME AUSFLUG Rothenburg ob der Tauber Um 7.30 Uhr begeben wir uns auf eine längere Fahrt nach Rothenburg ob der Tauber. Dort haben wir eine Stadtführung. Dauer ca. 1,5 Std. Nach der Führung gemeinsames Mittagessen im Gasthaus zur Schranne. Nach dem Mittagessen können Sie noch ein wenig auf eigene Faust die mittelfränkische Stadt erkunden. Schauen Sie z.B. bei Käthe Wohlfahrt vorbei, da gibt es Weihnachtsdeko das ganze Jahr. Rückfahrt nach Eching um 15.30 Uhr. Ankunft in Eching gegen 18 Uhr. Begleitung Julia König. <i>Mit Anmeldung.</i>
		Donnerstag 27.4. 14.30 Uhr Eintritt frei Ort: ASZ-Saal	Musik im ASZ – Live Music Now Junge Musiker spielen im Auftrag der Yehudi Menuhin Stiftung. Das Programm entnehmen Sie bitte der Tagespresse sowie dem Aushang im ASZ/MGH. <i>Mit Anmeldung.</i>

„Früher Kohle heute Kultur – das gewandelte Ruhrgebiet“ ist das Motto der diesjährigen ASZ-Reise. Informationen zum Reiseablauf und Kosten, sowie dem Anmeldetag erhalten Sie im Programmheft Mai/Juni. Geplanter Zeitraum ist Ende September 2023.

Veranstaltungen → monatlich

Monatlich wiederkehrende Veranstaltungen

→ März / April 2023

Montag 13.3. / 17.4. 16 – 18 Uhr	Echinger Kreativzirkel Arbeiten mit Textilien und Wolle. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Dienstag 7.3. / 11.4. 10 Uhr Eintritt frei	Offener Näh- und Handarbeitstreff für Jung und Alt Mit Ruth Bause und Uta Patzelt (Hardanger-Technik). Hier wird gehäkelt, gestrickt und genäht. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Mittwoch 15.3. / 19.4. 15 Uhr Eintritt frei	Kaffeeklatsch mit Musik Ein beschwingter Nachmittag zum Ratschen und Kaffeetrinken. Mit den Damen der Nachbarschaftshilfe Eching. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Mittwoch 15.3. / 19.4. 16 Uhr Eintritt frei	Smartphone-Sprechstunde Schülerinnen und Schüler der Mittelschule Eching stehen bereit, um interessierten Senioren Smartphones zu erklären. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Mittwoch 29.3. / 26.4. 15 Uhr	ASZ-Bewohner-Stammtisch Bewirtung: Café Central. Eintritt frei. <i>Ohne Anmeldung.</i>
Donnerstag 9.3. / 23.3. / 20.4. / 27.4. 15 – 17 Uhr 6,50 €	CAFÉ AUSZEIT Betreuungsgruppe für hilfebedürftige Senioren und Menschen mit Demenz Ursula Schramm gestaltet einen anregenden Nachmittag. Inkl. Kaffee und Kuchen. <i>Mit Anmeldung.</i>
Freitag 17.3. / 21.4. 10 – 11.30 Uhr Eintritt frei	Lesekreis Für alle, die gerne Bücher lesen und darüber sprechen wollen. Mit Frau Vogt und Frau Siebert. <i>Bei Interesse melden Sie sich im ASZ/MGH.</i>

Freitag 3.3 / 14.4. 10 – 12 Uhr Eintritt frei	UMGANG MIT DIGITALEN MEDIEN Mediensprechstunde Sie haben eine Frage zu Fernsehen, Radio, CD- und DVD-Player, Festnetz und Mobiltelefon, Internet, PC, Notebook oder Tablet? Wenn Sie uns vorher Ihre Frage mitteilen, erhöhen Sie die Chance, dass wir sie beantworten können. <i>Mit Anmeldung.</i>
Freitag 17.3. / 21.4. Abfahrt 12.30 Uhr 19 € (Fahrt) Tp: Untere Hauptstr./Ecke Heidestraße	Mit großem Bus zur Therme Bad Gögging Für Nichtschwimmer geeignet. Rückfahrt Gögging: 17 Uhr. Eintritt Therme 11 €. Infos und Anmeldung bei Margret Michel, Tel. 089/3102873.
Samstag 18.3. Rad- reparatur / 15.4. 14 – 16 Uhr Eintritt frei	REPARATUR-CAFÉ Reparieren statt Wegwerfen ist das Motto des Reparatur-Cafés. Nicht mehr funktionierende Geräte können mitgebracht und vor Ort repariert werden. <i>Mit Anmeldung.</i>
Samstag 4.3. / 8.4. 13 Uhr Eintritt frei	Spinn- und Handarbeitstreffen Wir wollen uns in einer geselligen Runde zum Spinnen und Handarbeiten treffen. Alle, die am Handarbeiten Freude haben, sind herzlich eingeladen, sich zu uns zu gesellen, nett zu plaudern und vielleicht einen Kaffee in angenehmer Runde zu genießen. Informationen bei Frau Saller, Tel. 0170/7768232. <i>Ohne Anmeldung.</i>

Kurse und Treffs → wöchentlich

Montag

8.30 – 9.45 Uhr
à 2 €
BRK – Bewegung am Morgen
Senioren-Gymnastik
Frau Graetz, Frau Tschuk,
ab 6.3., 6x
Tel. 089/3291311, 089/3191173

10 – 11 Uhr
5 € / Monat
BRK – Gymnastik im Sitzen
Gymnastik „auf die sanfte Art“
Fr. Graetz, Tel. 089/3291311,
ab 6.3., 6x

10 – 11.15 Uhr
à 3,50 €
Offenes Singen „Chor Silberklang“
Für jeden, der gern singt oder zuhört.
Leitung: Kayao Katsuta-Grandy
6.3. / 13.3. / 20.3. / 27.3. / 17.4. / 24.4.

14 – 16 Uhr
Eintritt frei
Offener Tischtennistreff
Auch in den Schulferien
Leitung: Peter Jeltsch

13.30 Uhr
Eintritt frei
Schafkopf und Spiele im Stüberl
Nachbarschaftshilfe Eching

15 Uhr
Eintritt frei
Offener Spieletreff im ASZ
Eingeladen sind alle, die Lust an
Brettspielen, Kartenspielen etc. haben

17.45 Uhr
Ausgleichsgymnastik BRK Dietersheim
Frau Nagl, Tel. 089/3203676

19 Uhr
Eintritt frei
Schafkopfrunde

**Wichtige
Info!**

Auf Grund der exorbitant gestiegenen Heizkosten, bleibt unser Bewegungsbad bis voraussichtlich 31.3.23 geschlossen. Wir bedauern dies sehr und hoffen, im Frühjahr wieder mit unserer Wassergymnastik starten zu können. Vielen Dank für Ihr Verständnis.

Dienstag

13.30 und 14.45 Uhr
BRK-Seniorengymnastik im ASZ
Anmeldung: Frau Schneider,
Frau Pfeiffer Tel. 089/3192774,
Tel. 089/3192853
ab 7.3., 6x

14 – 17 Uhr
Auch in den Schulferien
Materialkosten
Offene Mosaikwerkstatt
Mit Asylbewerbern und Einheimischen im Werkraum des ASZ. Es werden dekorative Gartensäulen mit Mosaik aus Scherben von Wandfliesen und Keramikgeschirr oder sonstigem „Krimskrams“ hergestellt; es können auch eigene Gegenstände, wie Blumentöpfe, Flaschen u.v.m. verziert werden. Vorkenntnisse nicht erforderlich, nur Freude am Gestalten.
Anleitung: Margret Lösch.
Ohne Anmeldung.

15 Uhr
Eintritt frei
Offene Bridgegruppe

Gymnastik für Herren *
Entfällt!

Kurse und Treffs → wöchentlich

Mittwoch

9 – 12 Uhr
à 11,50 €

Offene Töpferwerkstatt

Für Anfänger und Fortgeschrittene
Heide Prötel,
ab 8.3., 6x

9 – 10 Uhr
42 €

Muskelaufbau *

Kräftigen und Dehnen der Muskulatur
für Damen und Herren. In Zusammen-
arbeit mit Praxis Setzwein,
ab 8.3., 6x

9 Uhr
32,40 €

Englisch conversation *

Für alle geeignet, die keine Anfänger
sind. Mit Jill Seidlitz.
ab 8.3., 6x

15 Uhr
Eintritt frei

Skatrunde für Damen

Information bei Frau Seifarth,
Tel. 089/31200422

14 – 16 Uhr
Eintritt frei

Offener Tischtennistreff

Auch in den Schulferien.
Leitung: Peter Jeltsch

15 Uhr
Eintritt frei

Skatrunde für Herren

Anmeldung bei Dr. Lösch,
Tel. 089/3192670

Donnerstag

14 Uhr
Eintritt frei

ASZ – Schachgruppe

*

Um Anmeldung im ASZ wird gebeten.

Kurse finden nicht in den Schulferien statt.
Schnupperstunde zum Kennenlernen ist möglich.
Bitte bei der Anmeldung am Empfang Bescheid sagen.

Anmeldung

→ zu den Veranstaltungen März / April 2023

Um die Wartezeit bei der Anmeldung abzukürzen, bitten wir um **schriftliche Anmeldung** zu den Einzelveranstaltungen.

Spätestens eine Woche vor der Anmeldung liegt im ASZ/MGH ein eigenes Anmeldeformular aus, das dann ausgefüllt am Anmeldetag abgegeben werden kann.

Ab Montag, 27. Februar, 9 Uhr können Sie Ihre Anmeldung persönlich abgeben.

Ihre Wünsche werden in der Reihenfolge des Eingangs bearbeitet. Am Nachmittag teilen wir auf Anfrage mit, an welchen Veranstaltungen Sie teilnehmen können.

Ab 14 Uhr und allen folgenden Tagen nehmen wir auch telefonische, elektronische oder persönliche Anmeldungen entgegen. Es können maximal 2 Personen angemeldet werden.

Die Kosten für Veranstaltungen, die vom Teilnehmer am Veranstaltungstag abgesagt werden (Ausnahme: Wanderungen und Radtouren) können leider nicht erstattet werden.

Wir bitten um Verständnis, dass bei Absagen zuerst die Damen und Herren auf der Warteliste berücksichtigt werden. Freie Plätze können daher nicht direkt weitergegeben werden.

→ zu den wöchentlichen Kursen und Treffs

Die Anmeldung zu den wöchentlichen Kursen und Treffs ist **sofort nach Erscheinen** des Programms möglich.

**Letzte Anmeldemöglichkeit ist Montag,
27. Februar 2023**

Sollten bis dahin nicht genügend Anmeldungen eingegangen sein, müssen wir die Kurse leider absagen.

Für Kurse werden zunächst die Teilnehmer berücksichtigt, die den vorangegangenen Kurs besucht haben. Freie Plätze werden nach Reihenfolge des Eingangs vergeben. Sollte ein Kurs ausgebucht sein, werden Wartelisten geführt, um gegebenenfalls einen neuen Kurs einzurichten.

Anmeldungen für Kurse sind nur für die gesamte Kursdauer möglich.

Eine Zahlung der Kurse ist auch per Überweisung möglich:

Sparkasse Freising
IBAN: DE18 7005 1003 0000 1112 78
BIC: BYLADEM1FSI

Freisinger Bank eG
IBAN: DE33 7016 9614 0005 7825 11
BIC: GENODEF1FSR

ASZ – Alten Service Zentrum
MGH – Mehrgenerationenhaus

ADRESSE

Älter werden in Eching e.V.
Bahnhofstraße 4
85386 Eching

KONTAKT

Telefon: 089/327142-0
E-Mail: info@asz-eching.de
www.asz-eching.de

BÜROZEITEN

Montag – Freitag → 9 – 12 Uhr
Montag – Donnerstag → 13 – 16 Uhr
(und nach Vereinbarung)